

# Ergenler için Öfke Düzenleme Ölçeği'nin (EİÖDÖ) Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması

Mehmet Ali Yıldız<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Adıyaman Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilimdalı, Adıyaman - Türkiye



## ÖZET

Ergenler için Öfke Düzenleme Ölçeği'nin (EİÖDÖ) geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenirlik çalışması

**Amaç:** Bu çalışmanın amacı ortaokulda öğrenim gören ergenler için öfke düzenleme ölçeği geliştirmek ve geçerlik güvenirliğini araştırmaktır.

**Yöntem:** Araştırmaya Diyarbakır ili Yenişehir ilçesinde bulunan 5 Nisan ilköğretim Okulu ve Mustafa Kemal ilköğretim Okulu'nda 6. ve 8. sınıflar arasında öğrenim gören 630 ortaokul öğrencisi katılmıştır. Araştırmada geliştirilen ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışmaları için ortaokulda öğrenim gören dört farklı örneklem grubundan elde edilen veriler kullanılmıştır. Ergenler için Öfke Düzenleme Ölçeği'nin (EİÖDÖ) yapı geçerliği için açımlayıcı faktör analizi ve doğrulayıcı faktör analizi kullanılmıştır. EİÖDÖ'nün ölçüt bağıntılı geçerliği için Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı ölçeği kullanılmıştır. EİÖDÖ'nün yakınsak ve ayırt edici geçerliği incelenmiş, ölçeğin faktör sayısını belirlemek için paralel analiz yapılmıştır. Ölçeğin güvenirliğini belirlemek için test-tekrar test korelasyonu, madde toplam korelasyonu ile iç tutarlık katsayısı Cronbach alfa ile birleşik güvenirlik ve çıkarılmış ortalama varyans değerleri hesaplanmıştır.

**Bulgular:** Açımlayıcı faktör analizi sonucunda ölçeğin üç boyutlu olduğu ortaya çıkmıştır. EİÖDÖ'nün 18 maddesi toplam varyansın %50.17'sini açıklamaktadır. Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda EİÖDÖ'nün üç faktörlü yapıya sahip olduğu doğrulanmıştır ve modelin uyum değerlerinin yeterli düzeyde olduğu görülmüştür. Ölçeğin iç tutarlılığını gösteren Cronbach alfa katsayısı, içsel işlevsel olmayan öfke düzenleme alt boyutu için 0.77, işlevsel öfke düzenleme alt boyutu için 0.78, dışsal işlevsel olmayan öfke düzenleme alt boyutu için 0.76 olarak bulunmuştur. Ölçeğin iki hafta ara ile 97 öğrenciyeye uygulanması sonucu elde edilen test-tekrar test güvenirlik katsayısı içsel işlevsel olmayan öfke düzenleme alt boyutu için  $r=0.74$ , dışsal işlevsel olmayan öfke düzenleme alt boyutu için  $r=0.62$  ve işlevsel öfke düzenleme alt boyutu için  $r=0.62$  olarak bulunmuştur.

**Sonuç:** EİÖDÖ ergenlerde öfke düzenleme yöntemlerini belirlemek için geçerli ve güvenilir bir araçtır.

**Anahtar kelimeler:** Duygu düzenleme, ergen, geçerlik, güvenirlik, öfke düzenleme

## ABSTRACT

Development of Anger Regulation Scale for Adolescents (ARS-A): validity and reliability studies

**Objective:** The purpose of this study is to develop an Anger Regulation Scale for Adolescents (ARS-A), and investigate its validity, and reliability for Turkish adolescents.

**Method:** The participants were 630 secondary school students from 6th to 8th grade. Data were collected from four different sample groups attending the school. Exploratory factor analysis and confirmatory factor analysis for ARS-A were employed to examine validity of the scale. In order to check the criterion-related validity of ARS-A, the State-Trait Anger Expression Inventory was used. Convergent and differential reliability of the scale was examined, and parallel analysis was performed to determine number of factors of the scale. To test the reliability of the scale, Composite reliability, Cronbach's alpha coefficient, item-total correlation values and test-retest values were computed.

**Results:** Exploratory factor analysis yielded a three factor solution explaining 50.17% of variance. Moreover, confirmatory factor analysis performed with 18 items of ARS-A supported the three-factor solution and the model had good fit values. Cronbach's alpha values indicating internal dysfunctional anger regulation subdimensions, were determined as 0.77 and as 0.78 for functional anger regulation and 0.76 for external-dysfunctional anger regulation subdimensions. The scale was applied to 97 students with two weeks' interval, and test-retest reliability values were determined as  $r=0.74$  for internal dysfunctional anger regulation,  $r=0.62$  for both external dysfunctional anger regulation and functional anger regulation subdimensions.

**Conclusion:** The present study indicates that the ARS-A is a valid and reliable instrument to assess anger regulation strategies in Turkish adolescents.

**Keywords:** Emotion regulation, adolescent, validity, reliability, anger regulation

Yazışma adresi / Address reprint requests to:  
Mehmet Ali Yıldız,  
Adıyaman Üniversitesi, Eğitim Fakültesi,  
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık  
Anabilimdalı, Altınşehir Mah., 3005 Sok,  
No: 13, 02040 Merkez/Adıyaman, Türkiye

Telefon / Phone: +90-416-223-3800/1092

Elektronik posta adresi / E-mail address:  
malilyildiz@adiyaman.edu.tr

Geliş tarihi / Date of receipt:  
28 Ekim 2015 / October 28, 2015

İlk düzeltme öneri tarihi /  
Date of the first revision letter:  
23 Kasım 2015 / November 23, 2015

Kabul tarihi / Date of acceptance:  
1 Aralık 2015 / December 1, 2015

## GİRİŞ

Duygu, “insan ile içsel ya da dışsal çevre arasındaki ilişkileri kuran, devam ettiren ya da bozan süreçler olarak” tanımlanmaktadır (1). Santrock (2) duyguyu, bir kişinin kendisi için, özellikle de iyilik hali için, önemli olan bir durum ya da etkileşim içindeyken ortaya çıkan his ya da duygulanım olarak tanımlamaktadır. Duygu, bireyin içinde bulunduğu ya da yaşadığı durumdan memnuniyetini ya da memnuniyetsizliğini yansıtan davranışlarla nitelendirilmektedir. Başka bir tanımda, Scherer (3) duyguyu, kişi için büyük bir öneme sahip olan dışsal ya da içsel bir olayın değerlendirilmesi ile organizmik alt sistemlerin tümü veya çoğu tarafından aynı anda verilen yanıtların göreceli olarak bir özeti olarak tanımlamaktadır (kızgınlık, üzüntü, neşe, korku, utanç, gurur, kıvanç, çaresizlik gibi). Frijda'ya göre (4) duygular, kişilerin bakış açılarına, değerlendirmelerine ve anlamın kişisel yüklemelerine dayanır. Ayrıca duygular özeldir. Başka bir ifade ile her birey aynı olay ve durum karşısında farklı duygular yaşayabilir.

Yaşamın en büyük zorluklarından birisi duyguları başarılı bir şekilde düzenleyebilmektir (5). Belirli bir duyguyu azaltmak, arttırmak ya da sürdürmek, duygumuzu düzenlemek için yaptığımız eylemlerdir (6). Duygu düzenleme, bireylerin sahip olduğu duyguyu, duygulara ne zaman sahip olduklarını ve onları nasıl yaşadıklarını ve bu duyguları nasıl ifade ettiklerini etkileyen süreçleri ifade eder (7). Ruh sağlığımızı korumak ve iyilik halimizi sürdürmek için öfke duygusu düzenlememiz gereken duyguların başında gelmektedir.

Öfke tüm duygularımız gibi hayatta kalmamız için biyolojik ve psikolojik bir korumadır. Biyolojik olarak öfke, iç ve dış taleplere, tehditlere ve baskılara verilen bir stres tepkisi olarak tanımlanır. Öfke bir sorun ve potansiyel bir tehdit olduğunda bizi uyarır. Aynı zamanda, bu sorun karşısında veya tehdiye karşı koymak için bize enerji verir. Yani bu hem bir uyarı sistemi hem de hayatta kalma mekanizmasıdır (8,9). Spielberg'e göre (10) öfke kavramı, otonom sinir sisteminin uyarılmasının eşlik ettiği ve hafif bir öfkeli sıkıntıdan öfkeli bir tırmanmaya doğru yoğunluğu değişebilen duygusal bir durum anlamına gelen

duyguları içerir. DiGiuseppe ve Tafrate (11) öfkeyi; bir içsel, ruhsal, öznel duygu-durum ile ilişkili bilişsel ve fizyolojik uyarılma durumu olarak tanımlamaktadır. Bhave ve Saini'ye göreyse (12) öfke hem içsel hem de dışsal kaynaklı nedenlerle olabilen duygusal bir durumdur. Öfke, kişinin kendisi ya da başkalarının davranışlarıyla veya belirli olaylar ile içsel ve dışsal olayların birarada olmasıyla ortaya çıkabilir. Power ve Dalgleish'ana göre (13) öfke, algılanan bir etken aracılığıyla bir amaç ya da rolün hayal kırıklığı ya da engellenmesi sonucunda oluşur. Beck'e göre (14) bir kişide bir olayın kendisinden çok, kişinin olaya yüklediği anlamlar ve olayı değerlendirme biçimi kişide belirli duygulara yola açar. Buna göre olaya gerçekçi olmayan ve abartılı bir anlam yükleyen bir kişinin duygusal tepkisi de muhtemelen uygunsuz ve aşırı olacaktır. Örneğin, öfkeyi harekete geçiren yaygın faktör, kişinin değerleri, ahlaki kodları ve kendisini koruyan kuralları da içeren kişisel alanına yönelik bir saldırıyı değerlendirmeye tabi tutmasıyla başlamaktadır. Öfkenin psikolojik dinamiğinde, kişi, öncelikle zararlı uyarıyı nitelendiren ve tanımlayan birincil bir değerlendirme yapmaktadır. İkincil değerlendirmede ise kişi eş zamanlı olarak, zararlı uyarının etkisine karşı koyma, onu nötralize etme veya püskürtme kapasitesini gözden geçirir. Engel'e göre ise (8) öfke, kişi tarafından bir şeylerin yolunda gitmediğine dair sinyal alındığında ortaya çıkabilir. Çoğu zaman biz sorunun tam olarak ne olduğu konusuna zaman ayırmayız. Bunun yerine öfkeyle yola çıkarak çevremizde her kim ve ne varsa ona öfkeleniriz. Lazarus (15), öfkeyi amaçla uyuşmayan olumsuz duygular arasında tanımlamıştır. Fehr ve Russell (16) ise öfkeyi hoş olmayan duygular arasında tanımlamışlardır; öfke, sinir ve içlermeden oluşmaktadır. Power ve Dalgleish (13) öfke temel duygusundan, haset, kıskançlık ve aşağılama duygularının türediğini vurgulamaktadırlar. Lazarus ve Lazarus'a (17) göreyse “öfke, kıskançlık ve haset” en güçlü ve sosyal olarak sıkıntılı duygular arasındadır. Kratz ve arkadaşları (9) ise öfkeyi, saldırganlık dürtüsü ve kavga davranışlarıyla ilişkilendirmişlerdir.

Engel'e (8) göre öfke çok karmaşık bir duygu olabilir. Öfke ile ilgili bir sorunu yokmuş gibi görünen insanlar aslında yardıma en çok ihtiyacı olan insanlar olabilirler. Esasen, eğer öfke ile bir başkasına zarar

veriyorsanız, kendinize zarar veriyorsanız, başkalarının öfkeleri ile size zarar vermesine izin veriyorsanız, öfkedenizi ifade etmekten korkuyorsanız, asla kızgın değilseniz, öfkeyi tutuyor, affedemiyor ve unutamıyorsunuz bir sorunuz vardır. Yine, öfke ile baş etmeye büyük bir zaman harcıyorsanız, öfkelendiğinizde kontrolden çıkıyorsanız, aileniz, arkadaşlarınız size eleştirel ve suçlayıcı yaklaştığında negatif bir eğilime sahip oluyorsanız, öfkedenizi ifade etme yollarında kendinizi çaresiz ve güçsüz hissediyorsanız, aniden öfkelenmenizin nedeni bilmiyorsanız, öfkedenizi yanlış yönlendiyorsanız, öfkedeniz içten içe sizi yiyorsa bir sorunuz vardır.

Öfke ne olumlu ne de olumsuz bir duygudur. Öfkeyi olumlu veya olumsuz yapan, bizim öfkeyi ele alma biçimimize göre değişmektedir. Örneğin, öfke yaşamımızda işlevsel olmayan alanlarda değişiklikler yapmak için bizi motive edebilir, bu durumda çok olumlu bir duygu olabilir. Fakat hakkımızda yapılan bir dedikodu duyduğumuzda, öfkemizi saldırganlık ve pasif bir saldırganlık yolu ile ifade edersek bu durumda olumsuz bir duygu olur (8). Bhave ve Saini'ye (12) göre öfke bir yanlışı düzeltmek için ve bir problemi çözmek için bizi güdüleyebilir. Ancak aynı öfke uygun şekilde ifade edilmezse yıkıcı olabilir. Öfke duygusunun ifade edilişi Spielberger (10) tarafından üç boyutta kavramsallaştırılmıştır. Birincisi, içe dönük öfke (öfke-içte) yani kişi tarafından öfke duygularının bastırılmasıdır. İkincisi, öfke duygusunun çevredeki nesnelere ve insanlara doğru yönlendirilerek ifade edilmesidir (öfke-dışta). Üçüncüsü ise (öfke-kontrolü) bir kişinin öfke duygularını kontrol etme girişimlerini ne sıklıkla yaptığı ile ilgilidir. Bu kavramsallaştırmaya göre, bireylerin öfke duygularını öfke-içte ve öfke-dışta boyutlarında ifade etmeleri işlevsel olmayan ve uyumu bozucu bir durumu gösterirken, öfke-kontrolü boyutunun ise işlevsel ve uyuma yönelik bir niteliğe sahip olduğu söylenebilir.

Öfkedenizi ifade etmenin sağlıklı yollarını bulmadıkça, öfke uygun olmayan, sağlıklı ya da ters sonuçlanabilecek bazı çıkışlar bulabilir. Öfkedenizin sorumluluğunu almadıkça hayatınızda büyük bir tahribata neden olabilir (8). Tekrarlayan öfke sorunları klinik müdahaleleri zorunlu kılar. Günlük hayattaki bu çalkantılı duygu, ruh sağlığı uzmanları tarafından farklı ortamlarda karşılaşılan bozuklukların yaygın bir özelliğidir. Öfke

duygusu çoğunlukla, kişilikte, psikosomatik durumlarda, şizofrenide, bipolar duygudurum bozukluklarında, organik bilişsel bozukluklarda, dürtü kontrol bozukluklarında ve travmadan kaynaklanan çeşitli durumlarda gözlemlenebilir. Öfke, bu klinik problemlerin geniş bir bağlamında merkezi bir konumdadır ve böyle bir kişinin bu duygusunu düzenleyemediği (dysregulated) görülür. Başka bir ifade ile kişinin, süregelen öfke duygusunu ifade etmesinden ve kontrol edememesinden kaynaklanır (18). Öfkeyi ele alma biçimi, bireyin fiziksel ve duygusal sağlığını, benlik saygısını, motivasyonunu ve kendini savunma yeteneğini etkiler (8). Ayrıca çocukların öfke durumları, benlik saygılarını da etkilemektedir. Sağlıklı bir benlik saygısı, çocuğun öfke duygularını iyi yönetebilmesi ile ilişkilidir (19). Sağlıksız öfke yönetimi kullanan çocuk ve ergenler ise öfkelerini daha az kontrol edebilirler, düşmanlık ve saldırganlık tepkileri ile daha hızlı öfkelenirler. Böyle çocuklar başkalarını etkilemek için öfkelerini kullanabilirler. Ayrıca, yargıları/değerlendirmeleri bozulabilir ve öfkeli olmaya daha da yatkınlaşarak kronik bir öfke geliştirebilirler (20). Öfke gerçekten anlaşılması güç bir duygudur ve öfkenin kontrolü hakkında birçok düzeyde belirsizlikler vardır. Bu öznel sıkıntının, kişilerarası ilişkilerdeki bozulmayla ve sağlığın bozulmasıyla ilişkili olduğu gibi çeşitli saldırgan davranışların zararlı sonuçlarıyla ilişkili olduğu kesindir (18). Öfke aynı zamanda çoğu insanın kendi başlarına değiştirmek istemedikleri bir duygudur. Muhtemelen öfkeli insanlar, ruhsal yardım hizmetleri aramaya ve tedavi almaya daha az eğilimlidirler (11).

Nitekim alan yazında yer alan çalışmalarda öfke düzenlemenin; kalp damar sorunları (21), ergenlerdeki yeme bozukluğu (22), depresyon (23,24), karar verme davranışı (25) kural dışı davranışlar ve saldırganlık (26,27), çatışma çözme (28), davranışsal ve duygusal zorluklar (29), risk alma davranışları (30) ve iyi oluş (31) ile ilişkili olduğu görülmüştür. Ayrıca başka bir çalışmada öfke düzenlemenin, ergenlerde akran zorbalığına karşı koruyucu olduğu ve saldırgan davranışları azalttığı görülmüştür (32).

Alan yazındaki çalışmalarda da görüldüğü üzere, öfke duygusunu düzenleyememenin çok sayıda ruhsal soruna ve sıkıntıya neden olduğu veya bunlarla ilişkili olduğu görülmektedir. Bu bakımdan ergenlik

döneminde bu gruplara yönelik yapılacak koruyucu ve önleyici çalışmalar için ergenlerin öfke duygularını nasıl düzenlediklerini belirlemenin önemli olacağı ve buna yönelik bir ölçme aracına ihtiyaç olduğu düşünülmektedir. Bu amaçla çalışmada, ülkemizdeki ergenler için öfke düzenleme ölçeği geliştirilerek, ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları yapılmıştır.

## YÖNTEM

EİÖDÖ'nün geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları dört farklı çalışma grubu üzerinde gerçekleştirilmiştir. Bu açıdan çalışmanın her basamağının ayrı bir grupta yürütülerek genellenebilirliği artırmaya dönük bir önlem alınmıştır, böyle bir önlemin alınması bu çalışmanın güçlü bir yönü olarak ifade edilebilir. Araştırmanın çalışma gruplarına, Diyarbakır ili Yenişehir ilçesinde bulunan 5 Nisan İlköğretim Okulu ve Mustafa Kemal İlköğretim Okulu'nda 2011-2012 eğitim öğretim yılında öğrenim gören öğrenciler katılmıştır. Araştırmanın birinci örneklem grubunu 130'u (%48.7) kız ve 137'si (%51.3) erkek olmak üzere toplam 267 öğrenci oluşturmuştur. Öğrencilerin yaş ortalaması 12.75, standart sapma (Ss)=0.98'dir. İkinci çalışma grubunu, 6., 7. ve 8. sınıflarda öğrenim gören 11-16 yaşları arasında olan, 181'i (%49.9) kız ve 182'si (%50.1) erkek olmak üzere toplam 363 öğrenci oluşturmuştur. Öğrencilerin yaş ortalaması 12.99, Ss=0.96'dır. Üçüncü çalışma grubuna 128 öğrenci katılmış ve bu grupta ölçüt geçerlik çalışmaları yapılmıştır. Dördüncü çalışma grubuna 97 öğrenci katılmış ve bu grupta test-tekrar test çalışması yapılmıştır.

### Ergenler için Öfke Düzenleme Ölçeği'nin Geliştirme Çalışması

EİÖDÖ'nün geliştirilmesi aşamasında ortaokulların 6., 7. ve 8. sınıflarında öğrenim gören toplam 60 öğrenciye "Öfkeli olduğunuzda bu duygunuzu yenmek ya da baş etmek için neler yaparsınız?" şeklinde açık uçlu bir soru sorularak bir ders saatinde kompozisyon biçiminde yazmaları istenmiştir. Kompozisyonlar gözden geçirilerek içerik analizi yapılmış, ayrıca duygular, duygu düzenleme ve öfke duygusu ile ilgili alan yazın da

incelenerek madde havuzunun oluşturulması ile ilgili olarak Psikolojik Danışma ve Rehberlik alanında çalışan 3 uzmandan da görüş alınarak ölçeğin 54 maddelik uygulama formu oluşturulmuştur. Daha sonra dört ayrı grup üzerinde EİÖDÖ'nün geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları yapılmıştır.

## Veri Toplama Araçları

### Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği:

Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı Ölçeğinin (SÖÖTÖ) Türkçe'ye uyarlama çalışması Özer (33) tarafından yapılmıştır. 'Sürekli Öfke' ve 'Öfke İfade Tarzı' olmak üzere iki temel ölçeği bulunmaktadır ve ölçek 34 maddeden oluşmaktadır. Sürekli Öfke 10 maddeden oluşurken, Öfke İfade Tarzı Ölçeğinde Öfke-İçte, Öfke-Dışa ve Öfke-Kontrol olarak adlandırılan 24 maddeden oluşan üç alt ölçek yer almaktadır. Öfke-içte ve öfke-dışa alt boyutları bireyin olumsuz öfke ifade tarzlarını yansıtırken, öfke-kontrol alt boyutu ise öfkenin birey tarafından olumlu bir biçimde ifade edilmesini yansıtmaktadır. Ölçeğin geçerlik çalışmasında Sürekli Kaygı Envanteri, Depresif Sifatlar Listesi ve Öfke Envanteri ile ölçüt bağımlı geçerliği incelenmiştir. Ölçeğin geçerlik çalışması sonucunda elde edilen korelasyon katsayıları, kaygı ile 0.40, depresyon ile 0.33 ve öfke ile 0.53'tür. Ölçeğin güvenilirliği için elde edilen Cronbach alfa iç tutarlık katsayıları 0.67 ve 0.92 arasında bulunmuştur. Tekinsav Sütcü ve Aydın (34) SÖÖTÖ'nün psikometrik özelliklerini çocuk ve ergenlerde incelemişlerdir. SÖÖTÖ'nün alt ölçekleri için Cronbach alfa ve iki yarım güvenilirliği katsayılarıyla hesaplanan güvenilirlik kabul edilebilir düzeyde bulunmuştur. Ölçüt geçerlik çalışmasında SÖÖTÖ ile Novaco Öfke Envanteri kısa formu arasında anlamlı düzeyde ilişkiler bulunmuşlardır. Akranları tarafından öfkeli/saldırgan olarak değerlendirilen çocuklar diğer gruba oranla SÖÖTÖ'nin üç alt ölçeğinden anlamlı biçimde daha yüksek, SÖÖTÖ'nin öfke kontrol alt ölçeğinden anlamlı biçimde daha düşük puan almışlardır. Bu çalışmada öfke-içte alt boyutunun iç tutarlık katsayısı 0.64, öfke-dışta alt boyutunun iç tutarlık katsayısı 0.80 ve öfke-kontrolü alt boyutunun iç tutarlık katsayısı ise 0.80 ve ölçeğin tümü için ise iç tutarlık katsayısı 0.76 olarak bulunmuştur.

**Kişisel Bilgi Formu:** Kişisel bilgi formundaki değişkenler, cinsiyet, yaş, sınıf gibi özellikler olarak belirlenmiştir.

### İstatistiksel Analiz

Araştırmanın verileri IBM SPSS 22.0, LISREL 8.88 ve Monte Carlo PCA Paralel Analiz paket programları ile analiz edilmiştir. Ölçeğin yapı geçerliğini belirlemek için açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. EİÖDÖ'nün benzer ölçek geçerliğinin yanısıra yakınsak ve ayırt edici geçerliği de incelenmiştir. Ölçeğin güvenilirliğini belirlemek için test-tekrar test korelasyonu, madde toplam korelasyonu, iç tutarlık katsayısı Cronbach'ın alfa değeri ile Birleşik Güvenirlik (Composite Reliability, CR) ve Çıkarılmış Ortalama Varyans (Average Variance Extracted, AVE) değerleri hesaplanmıştır. Ölçeğin faktör sayısını belirlemek için yamaç-birikinti grafiği (scree plot), toplam varyans tablosu ve paralel analizden yararlanılmıştır. Araştırmada anlamlılık düzeyi  $p < 0.05$  olarak alınmıştır.

### BULGULAR

#### Çalışma I

Birinci çalışma grubunu 130'u (%48.7) kız ve 137'si (%51.3) erkek olmak üzere toplam 267 öğrenci oluşturmuştur. Öğrencilerin yaş ortalaması 12.75,  $S_s=0.98$ 'dir. Birinci çalışma grubundan elde edilen veriler üzerinden ölçeğin yapı geçerliğini belirlemek amacıyla açımlayıcı faktör analizi yöntemi kullanılmıştır. Çalışmada faktörleşme tekniği olarak da temel bileşenler analizi (principle component analysis, PCA) uygulanmış ve direct oblik (eğik) döndürme tekniği kullanılmıştır. Analizlerde özdeğeri (eigenvalue) 1'in üzerinde olan faktörler esas alınmıştır (35). Faktör sayısına nihai olarak karar vermek için öz değer (Kaiser'in kriteri) sayılarının yanında yamaç-birikinti grafiğinden ve paralel analiz tekniğinden yararlanılmıştır (36). Yapılan faktör analizi çalışmasında herhangi bir maddenin bir faktör için uygun olup olmadığına karar verirken faktör yükü en az 0.40 olması esas alınmıştır (37). Bir maddenin birden fazla

faktörde bulunması durumunda faktörler arasındaki madde yükünün en az 0.10 değerinde fark olmasına dikkat edilmiştir.

#### Açımlayıcı Faktör Analizi (AFA) Sonuçları:

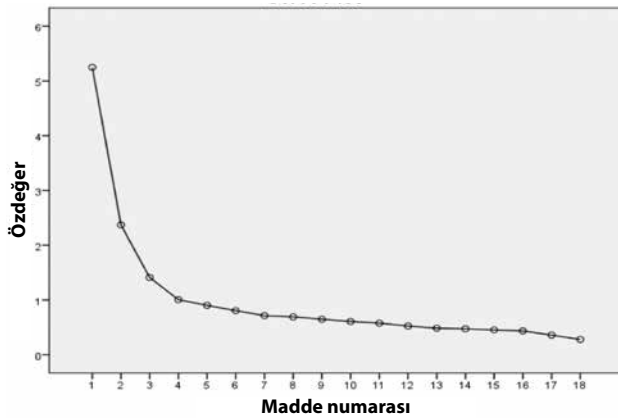
Faktör analizi yapılmadan önce verilerin uygunluğunu gösteren Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) değeri 0.87 Bartlett Testi ise anlamlı bulunmuştur ( $\chi^2=1467.126$ ,  $df=153$ ,  $p < 0.001$ ). Veriler üzerinde faktör analizi yapılabilmesi için minimum KMO değeri 0.60 olarak önerilmektedir (35). Bu bulgular eldeki veriler üzerinden faktör analizi yapılmasının uygun olduğunu göstermektedir.

Yapılan AFA sonucuna göre faktör yük değeri 0.40'ın altında olan ve birden fazla faktör altında yer alan 36 madde elenerek EİÖDÖ'nün 18 maddelik nihai formu elde edilmiştir. Tablo 1'de görüldüğü gibi 18 maddeden oluşan EİÖDÖ'nün üç faktörlü bir yapıda olduğu görülmektedir. Ölçeğin birinci faktörü, içsel işlevsel olmayan öfke düzenleme (Örn., "Beni öfkeliendiren olayın sürekli olarak aklıma gelmesine engel olamam.") ikinci faktörü, işlevsel öfke düzenleme (Örn., "Öfkemden nasıl kurtulacağımı düşünürüm."), üçüncü faktörü, dışsal işlevsel olmayan öfke düzenleme (Örn., "Sinirimi gider bir kişiden çıkarırım.") olarak belirlenmiştir. İçsel işlevsel olmayan öfke düzenleme alt boyutu toplam 6 maddeden oluşmaktadır. Maddelerin faktör yükleri ise 0.60 ile 0.72 arasında değişmektedir ve varyansın %29.15'ini açıklamıştır. İşlevsel öfke düzenleme alt boyutu toplam 7 maddeden oluşmaktadır. Maddelerin faktör yükleri ise 0.49 ile 0.73 arasında değişmektedir ve varyansın %13.18'ini açıklamıştır. Dışsal işlevsel olmayan öfke düzenleme alt boyutu toplam 5 maddeden oluşmaktadır. Maddelerin faktör yükleri ise 0.55 ile 0.82 arasında değişmektedir ve varyansın %7.84'ünü açıklamıştır. EİÖDÖ'nün 18 maddesi toplam varyansın %50.17'sini açıklamaktadır. Tablo 1'de görüldüğü üzere, EİÖDÖ'nün maddelerinin ortak faktör varyans değerleri 0.31 ile 0.66 arasındadır. Ayrıca her bir maddenin, içinde yer aldığı boyutun toplam puanı ile arasındaki ilişkiyi gösteren madde toplam korelasyon değerlerinin ise 0.38 ile 0.69 arasında olduğu görülmektedir.

**Tablo 1: EİÖDÖ'nün AFA sonucunda elde edilen, faktör yük değerleri, ortak faktör varyansı ve madde-toplam korelasyon değerleri**

Madde Havuzu No	Ölçek Madde No	F1	F2	F3	Ortak Faktör Varyansı	Madde Toplam Korelasyonları
49	3	0.72			0.50	0.53
42	5	0.71			0.46	0.48
43	2	0.70			0.50	0.53
33	12	0.67			0.50	0.57
28	16	0.64		0.17	0.54	0.60
36	8	0.60		0.23	0.54	0.60
39	13	0.10	0.73		0.56	0.58
7	17		0.72		0.50	0.52
3	9		0.63		0.37	0.41
52	11	-0.21	0.57		0.36	0.41
22	14		0.57		0.31	0.38
2	6	-0.14	0.56	-0.19	0.47	0.50
29	10	0.10	0.49	-0.30	0.40	0.45
18	1			0.82	0.65	0.67
19	7			0.78	0.66	0.69
12	18			0.78	0.57	0.60
24	15		-0.13	0.73	0.62	0.62
20	4	0.29		0.55	0.50	0.56
<b>Özdeğer:</b>		5.25	2.37	1.41		
<b>Açıklanan Varyans:</b>		%29.15	%13.18	%7.84		
<b>(Toplam:%50.17)</b>						

F1= içsel işlevsel olmayan öfke düzenleme, F2= işlevsel öfke düzenleme, F3= dışsal işlevsel olmayan öfke düzenleme

**Şekil 1: EİÖDÖ'ye İlişkin Yamaç-Birikinti Grafiği**

EİÖDÖ'nün direk oblik döndürme sonrası açılımlı faktör analizi sonuçları Tablo 1'de sunulmuştur.

EİÖDÖ'nün faktör sayısını belirlemek için önce toplam varyans tablosu ile birlikte yamaç-birikinti grafiğine bakılmıştır. Toplam varyans tablosunda 1'den büyük değere sahip dört boyutlu bir yapı elde edilmiştir. Yamaç-birikinti grafiği incelendiğinde ise

grafikteki kırılmanın üçüncü boyuttan sonra olduğu görülmektedir (Şekil 1).

EİÖDÖ'nün faktör sayısına tam olarak karar vermek için toplam varyans tablosunun ve yamaç-birikinti grafiğinin değerlendirilmesinin dışında ayrıca paralel analiz yapılmıştır. Pallant (36) eğitim ve psikoloji alanında yapılan ölçek çalışmalarında faktör sayısına karar vermede paralel analiz yapılmasını ve sonuçlarının raporlaştırılması gerektiğini vurgulamaktadır. Paralel analiz sürecinde program tarafından üretilen tesadüfi özdeğerler ile örneklem grubundan elde edilen gerçek özdeğerler karşılaştırılmakta ve örneklem grubundan elde edilen özdeğerin paralel analiz sonucunda elde edilen öz değerden büyük olduğu her bir karşılaştırma bulgusu ölçeğin boyut sayısını göstermektedir. Paralel analizden elde edilen sonuca göre, EİÖDÖ'nün üç faktörlü bir yapıda olduğu tespit edilmiştir. Paralel analiz sonucu Tablo 2'de sunulmuştur.

## Çalışma II

İkinci çalışma grubunu, 6., 7. ve 8. sınıflarda öğrenim gören 11-16 yaşları arasında olan, 181'i (%49.9)

**Tablo 2: EİÖDÖ'nün açımlayıcı faktör analizi- paralel analiz özdeğerlik karşılaştırılması**

	Açımlayıcı faktör analizi özdeğerlik sonuçları	Paralel analiz kriter özdeğerlik sonuçları	Karar
I.Boyut	5.25	1.48	Kabul
II.Boyut	2.37	1.38	Kabul
III.Boyut	1.41	1.31	Kabul
IV.Boyut	1.01	1.24	Ret

**Tablo 3: Ergenler için öfke düzenleme ölçeğinin R<sup>2</sup>, t değerleri, cronbach alfa, CR ve AVE değerleri**

Boyut	Madde No	t*	R <sup>2</sup>	$\alpha$	CR	AVE
İçsel	2	0.77	0.33	0.77	0.768	0.358 (%36)
	3	10.35	0.31			
	5	9.10	0.25			
	8	13.27	0.46			
	12	12.69	0.43			
Düzenleme	16	11.55	0.37	0.78	0.783	0.346 (%35)
	6	12.21	0.40			
	9	10.62	0.32			
	10	13.60	0.48			
İşlevsel	11	12.93	0.44	0.76	0.783	0.42 (%42)
	13	8.88	0.24			
	14	7.22	0.16			
	17	11.29	0.36			
	4	10.73	0.32			
Dışsal	7	14.12	0.50	0.76	0.783	0.42 (%42)
	1	14.13	0.50			
	15	11.86	0.38			
	18	12.21	0.40			

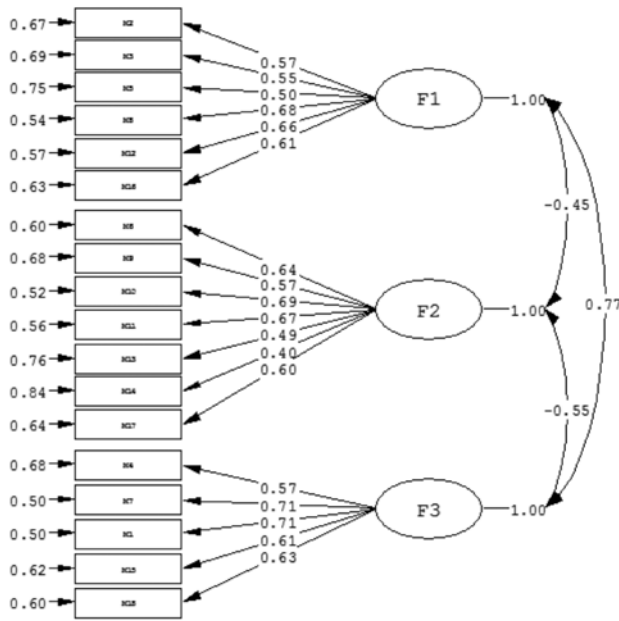
\*p<0.01, R<sup>2</sup>: Belirleme katsayısı,  $\alpha$ : İç tutarlık katsayısı, CR: Birleşik güvenilirlik, AVE: Çıkarılmış ortalama varyans

kız ve 182'si (%50.1) erkek olmak üzere toplam 363 öğrenci oluşturmuştur. Öğrencilerin yaş ortalaması 12.99, Ss= 0.96'dır.

### Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) Sonuçları:

AFA sonucunda elde edilen ölçeğin yapısının doğrulanıp doğrulanmadığı ikinci bir çalışma grubundan elde edilen veriler üzerine DFA yapılarak test edilmiştir. EİÖDÖ'nün 18 maddeden oluşan üç gizil değişkenli modelin sınanması için uygulanan DFA sonucunda uyum indeksleri incelenmiş ve elde edilen Ki-kare değerinin ( $\chi^2=288.17$ , Serbestlik derecesi (sd)=132,  $\chi^2/sd=2.19$ , p<0.01) anlamlı olduğu görülmüştür. Uygun bir modelin geliştirilmesi amaçlandığından, elde edilen ki-kare değerinin anlamlı olmaması istenir. Ancak ki-kare değeri örneklem büyüklüğünden etkilenebilir; büyük örneklemli modellerde, önemsiz

farklılıklar sırf örneklem büyüklüğünden dolayı anlamlı çıkmaktadır. Dolayısıyla modele bakmak için örneklem büyüklüğünün etkisini en aza indiren ya da ortadan kaldıran çok sayıda uyum değerleri geliştirilmiştir (35). Analiz sonucunda elde edilen uyum değerleri incelendiğinde ise Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü (Root Mean Square Error of Approximation=RMSEA)=0.057 (%90 GA, 0.048;0.066), Ortalama Hataların Karekökü (Root Mean Square Residuals=RMR)=0.061, Standardize Edilmiş Kök Ortalama Kare Artık (Standardized Root Mean Square Residual=SRMR)=0.056, İyilik Uyum İndeksi (Goodness of Fit Index=GFI)=0.92, Düzeltilmiş İyilik Uyum İndeksi (Adjusted Goodness of Fit Index=AGFI)=0.89, Karşılaştırmalı Uyum İndeksi (Comparative Fit Index=CFI)=0.96, Normlaştırılmış Uyum İndeksi (Normed Fit



Şekil 2: EİÖDÖ'ye İlişkin Path Diagramı

Index=NFI)=0.93 ve Normlanmamış Uyum İndeksi (Non-normed Fit Index=NNFI)=0.95 olarak bulunmuştur. Bu uyum değerleri açısından model ve gözlenen veri arasında uyum olduğu ve önerilen modelin kabul edilebilir düzeyde uyum gösterdiği anlaşılmaktadır (35; 38; 39; 40; 41; 42; 43). Ayrıca, EİÖDÖ'nün standardize edilmiş faktör yük değerleri,  $\lambda=0.40$  ile  $\lambda=0.71$  arasındadır (Şekil 1) ve bütün maddelerin t değerleri (Tablo 3)  $p<0.01$  düzeyinde anlamlı ( $t>2.576$ ) bulunmuştur.

Şekil 1'de EİÖDÖ'nün path (yol) diagramı görülmektedir (F1= İçsel işlevsel olmayan öfke düzenleme, F2= İşlevsel öfke düzenleme, F3= Dışsal işlevsel olmayan öfke düzenleme).

Ergenler İçin Öfke Düzenleme Ölçeği'nin belirtme

katsayısı ( $R^2$ ), t değerleri, Cronbach alfa ( $\alpha$ ), birleşik güvenirlik (CR) ve çıkarılmış ortalama varyans (AVE) değerleri Tablo 3'te sunulmuştur. Elde edilen değerler  $p<0.01$  düzeyinde anlamlıdır.

### Yakınsak (Convergent) ve Ayırt Edici (Discriminant) Geçerlik

Uyum değerlerinin yanı sıra ölçeğin yapısının güvenirliğini test etmek için Birleşik Güvenirlik (CR) değeri hesaplanmaktadır. Raykov'a göre (44) birleşik güvenirlik yapısal eşitlik modeline özgü olarak hesaplanan, aynı türden olan (congeneric measures) ölçümlerin güvenirliğini gösteren bir katsayı ve güvenirlik indeksidir. Yapısal eşitlik modellerinin ölçümlerdeki hata oranından arınık bir biçimde hesaplama yapabilmesi (45) bu güvenirlik katsayısının tercih edilmesindeki en önemli nedendir. Ayrıca gizil bir yapıyı temsil eden belirli maddeler arasındaki yakınlaşmanın ölçüsünün bir özeti olan Çıkarılmış Ortalama Varyans (AVE) değerlerinin de belirlenmesi gerekmektedir. Birleşik Güvenirlik ve Çıkarılmış Ortalama Varyans değerleri aynı zamanda bir ölçeğin yakınsak geçerliğinin (convergent validity) belirlenmesinde kullanılmaktadırlar. Yakınsak geçerlik, ölçülen benzer iki kavramın ilişkisinin derecesinin değerlendirilmesidir (39). Hair ve arkadaşları (39) Birleşik Güvenirlik değeri için 0.60 ile 0.70 arasındaki değerlerin kabul edilebilir, 0.70 ve üzerindeki değerlerin ise iyi kabul edildiğini belirtmektedirler. Çıkarılmış Ortalama Varyans Oranı için ise 0.50 ve üzeri olması önerilmektedir (46). EİÖDÖ'nün elde edilen birleşik güvenirlik değerlerinin her üç alt boyutta da iyi düzeyde olduğu görülmektedir. Çıkarılmış ortalama varyans değerlerinin ise her üç alt boyutta kabul edilen

Tablo 4: Ergenler için Öfke Düzenleme Ölçeği'nin alt ölçekleri ile Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği'nin alt ölçekleri arasındaki pearson korelasyon katsayısı değerleri

Faktörler	1	2	3	4	5	6	7
1. İçsel işlevsel olmayan öfke düzenleme	---						
2. Dışsal işlevsel olmayan öfke düzenleme	0.54**	---					
3. İşlevsel öfke düzenleme	-0.33	-0.37**	---				
4. Sürekli öfke	0.70**	0.61**	-0.36**	---			
5. Öfke içte	0.59**	0.38**	-0.16**	0.58**	---		
6. Öfke dışta	0.61**	0.67**	-0.36**	0.72**	0.56**	---	
7. Öfke kontrolü	-0.50**	-0.43**	0.62**	-0.51**	-0.27**	-0.49**	---

n=128, \*\*p<0.01



değerin biraz altında olduğu görülmektedir.

Ayırt edici geçerlik kavramsal olarak benzer olan iki yapının farklılıklarının derecesidir. Çıkarılmış ortalama varyans değeri, iki yapı arasındaki korelasyonun karesi ile karşılaştırılır. Eğer AVE değeri bu korelasyonun karesinden büyükse ayırt edici geçerlik için kanıt sağlanabilir (39). EİÖDÖ'nün alt boyutlarının ayırt edici geçerliği için yapılan incelemede EİÖDÖ'nün üç alt boyutunun kendi aralarındaki ayırt edici geçerlikleri sağlanmıştır.

### Çalışma III

EİÖDÖ'nün benzer ölçek geçerliliğini belirlemek amacıyla 128 öğrenci üzerinde yapılan analizler sonucunda, EİÖDÖ'nün her bir alt boyutu ile SÖÖTÖ'nin alt ölçekleri arasındaki korelasyon değerleri Tablo 4'te sunulmuştur.

Tablo 4'te görüldüğü üzere içsel işlevsel olmayan öfke düzenleme ile dışsal işlevsel olmayan öfke düzenleme, sürekli öfke, öfke içte, öfke dışta arasında olumlu yönde anlamlı ilişkiler var iken işlevsel öfke düzenleme ve öfke kontrolü ile arasında olumsuz yönde anlamlı ilişki vardır. Dışsal işlevsel olmayan öfke düzenleme ile sürekli öfke, öfke içte, öfke dışta arasında olumlu yönde anlamlı ilişkiler var iken işlevsel öfke düzenleme ve öfke kontrolü arasında olumsuz yönde anlamlı ilişki vardır. İşlevsel öfke düzenleme ile sürekli öfke, öfke içte, öfke dışta arasında olumsuz yönde anlamlı ilişki var iken; öfke kontrolü ile aralarında olumlu yönde yüksek düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur.

### Çalışma IV

Ölçeğin iki hafta ara ile 97 öğrenciye uygulanması sonucu elde edilen test-tekrar test güvenilirlik katsayısı içsel işlevsel olmayan öfke düzenleme alt boyutu için  $r=0.74$ , dışsal işlevsel olmayan öfke düzenleme alt boyutu için  $r=0.62$ , işlevsel öfke düzenleme alt boyutu için  $r=0.62$  olarak bulunmuştur.

### EİÖDÖ'nün Puanlanması

EİÖDÖ'nin yanıtlama biçimi "(1) Hiçbir zaman, (2) Bazen, (3) Çoğu zaman ve (4) Her zaman" şeklinde

dört dereceli bir yapıda düzenlenmiştir. Ölçekten 6 maddenin (2., 3., 5., 8., 12., 16.) toplanmasıyla içsel işlevsel olmayan öfke düzenleme puanı, 7 maddenin (6., 9., 10., 11., 13., 14., 17.) toplanmasıyla işlevsel öfke düzenleme puanı ve 5 maddenin (1., 4., 7., 15., 18.) toplanmasıyla dışsal işlevsel olmayan öfke düzenleme puanı olmak üzere üç ayrı puan elde edilmektedir. Buna göre ergenlerin puanları hangi alt boyut ve boyutlarda yüksek ise ona göre ergenlerin kullandıkları öfke düzenleme yöntemleri belirlenmektedir.

### TARTIŞMA

Bu çalışmada ortaokulda öğrenim gören ergenler için öfke düzenleme ölçeği geliştirilmiş ve ölçeğin psikometrik özellikleri incelenmiştir. Dört ayrı çalışma grubundan toplanan veriler üzerinden EİÖDÖ'nün geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları yapılmıştır. Bu amaçla, EİÖDÖ'nün yapı geçerliği için açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi yapılmış ve ölçeğin ölçüt bağımlı geçerliği test edilmiştir. Ölçeğin açımlayıcı faktör analizi sonuçlarına göre üç faktörlü bir yapıya sahip olduğu görülmüştür. EİÖDÖ'nün faktör sayısını belirlemek için yapılan paralel analiz sonuçları da faktör analizi sonucunu doğrulamıştır. Aynı zamanda ölçeğin yakınsak ve ayırt edici geçerliği incelenmiştir. Öte yandan AFA sonucu elde edilen yapının doğrulanıp doğrulanmadığı DFA ile analiz edilmiş ve DFA sonucuna göre, AGFI değerinin kabul edilebilir düzeye çok yakın bir değere sahip olduğu diğer bazı uyum değerlerinin kabul edilebilir, bazılarının ise iyi uyuma sahip bir yapıya işaret ettiği görülmüştür. AFA ve DFA sonucu elde edilen madde yüklerinin büyüklüğü tatmin edici bulunmuştur. Yapılan ölçüt bağımlı geçerlik çalışmasında ise EİÖDÖ'nün, SÖÖTÖ ile anlamlı düzeyde ilişkiler gösterdiği belirlenmiştir. EİÖDÖ'nün güvenilirliği için elde edilen iç tutarlık katsayıları, birleşik güvenilirlik değerleri, ortak faktör varyans değerleri ve test-tekrar test sonuçları ölçeğin güvenilir bir araç olduğunu göstermiştir.

Gross'a göre (7) ihtiyaç duyulduğunda duygu düzenleme biçimleri "içsel" ve "dışsal" olarak ayrılabilir. Örneğin, bir kişinin öfkelendiği zaman diğer bir kişi öfkelerini yönetmesine yardımcı oluyorsa bu "dışsal duygu düzenleme" iken eğer kişi kendi kendisini

şakinleştirmeye çalışabiliyorsa bu “içsel duygu düzenleme”dir. EİÖDÖ’nün alt boyutlarının isimlendirilmesinde (7) duygu düzenleme konusundaki bu kuramsal açıklamalar dikkate alınmıştır.

Kişinin öfkelerini ifade etme yolu ve baş etmesi kişi hakkında fikir edinilmesini sağlayan en önemli şeylerden birisidir Bu kişiliğinizi, ilişkilerinizin niteliğini, sağlığını etkileyebilir hatta değer sisteminizi etkileyebilir. Ne yazık ki çoğu insan hayatlarının ne öfkeleri tarafından nasıl şekillendiğini ve etkilendiğini ne de öfkenin ne kadar bir güçlü bir duygu olduğu gerçeğini fark etmezler. Öfke, hayatınızda ve başkalarının hayatında değişiklikler yapmak için sizi güdüleyebilir ya da bu sizi fiziksel ve duygusal olarak hasta edebilir. Öfke sizi güçlendirebilir ve hayatınıza canlılık katabilir ya da ilişkilerinizi zehirleyebilir ve enerjinizi tüketebilir (8). Öte yandan bir çocuğun birincil gelişimsel görevlerinden bir tanesi, zorlanmasına neden olan duyguların üstesinden gelebilmek ve kendi kendisini sakinleştirmek için etkili bir duygu düzenleme sistemini oluşturmaktır (19). Bu açıdan bakıldığında öfke duygusunun düzenlenmesi kişinin iyi oluşuna önemli katkılar sunabilir. Özellikle ergenlerin öfkelerini nasıl düzenlediklerini belirlemek için çalışma kapsamında kültürümüze uygun olarak geliştirilmiş olan ve geçerlik ile güvenilirliği sağlanmış olan EİÖDÖ’nün bu amaca hizmet edebileceği düşünülmektedir.

İleride yapılacak çalışmalarda EİÖDÖ’nün geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları ilkökul çağındaki çocuklar ile liseli ergenler üzerinde de yapılabilir. EİÖDÖ’nün bu gruplar için de uygun bir ölçme aracı olup olmadığı incelenebilir. Bütün çalışmalar gibi bu çalışmada bazı sınırlılıkları vardır. Örneklem grubunun kolay ulaşılabilir bir örneklem grubundan seçilmiş olması, klinik özelliklere sahip ergenlerin araştırma grubunda yer almamış olmaları, sadece bir ilden verilerin toplanmış

olması sınırlılıklar olarak sayılabilir. Bu nedenle farklı il, bölge ve okullarda öğrenim gören öğrencilerden veri toplanarak EİÖDÖ’nün psikometrik özelliklerinin incelenmesi yararlı olabilir. Ayrıca ölçeğin, klinik tablo gösteren ergenler üzerinde de özelliklerinin incelenmesi önerilebilir. Çalışmanın başka bir sınırlılığı olarak da katılımcıların tanısal değerlendirmelerinin bilinmemesinden dolayı bu ölçeğin eğer varsa kişilerin bu tanılarından etkilenmiş olabileceği söylenebilir. Öte yandan, EİÖDÖ’yü ileride kullanacak çalışmacıların EİÖDÖ’nün çıkarılmış ortalama varyans değerlerinin kabul edilebilir değerlerin biraz altında bulunduğunu gözönünde bulundurmaları gerekir. Sonuç olarak EİÖDÖ’nün psikometrik özelliklerinin incelendiği bu çalışmadan elde edilen genel bulgulara bakıldığında EİÖDÖ’nün erken ergenlik dönemindeki çocuklar için geçerli ve güvenilir olarak uygulanabileceğini düşündürmektedir.

Katkı Kategorileri	Yazarın Adı
Çalışma fikrinin geliştirilmesi	M.A.Y.
Çalışmanın metodolojik olarak tasarımı	M.A.Y.
Veri toplama ve işleme	M.A.Y.
Verinin analizi ve yorumlanması	M.A.Y.
Literatür araştırması	M.A.Y.
Makalenin yazımı	M.A.Y.
Makalenin gözden geçirilerek revize edilmesi	M.A.Y.

**Çıkar çatışması:** Yazar çıkar çatışması beyan etmemiştir.

**Finansal destek:** Yazar finansal destek beyan etmemiştir.

**Teşekkür:** Çalışmanın geliştirilmesinde değerli geribildirimlerde bulunan sayın Doç. Dr. Baki Duy’a teşekkür ederim.

## KAYNAKLAR

- Campos JJ, Campos RG, Barrett KC. Emergent themes in the study of emotional development and emotion regulation. *Dev Psychol* 1989; 25:394-402. [CrossRef]
- Santrock JW. Ergenlik. Siyez DM (Çeviri Ed.) 14. Baskı, Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık, 2012.
- Scherer KR. Psychological Models of Emotion: In Borod JC (editor), *The Neuropsychology of Emotion* First Ed. Oxford/New York: Oxford University Press, 2000, 137-162.
- Frijda NH. The Self and Emotions: In Bosma HA, Kunnen ES (editors). *Identity and Emotion: Development Through Self-Organization*. First Ed. New York: Cambridge University Press, 2011, 39-57.

5. Gross JJ. Emotion regulation: affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology* 2002; 39:281-291. **[CrossRef]**
6. Macklem GL. *Practitioner's Guide to Emotion Regulation in School-Aged Children*. New York: Springer, 2008.
7. Gross JJ. Emotion Regulation: In Lewis M, Haviland-Jones JM, Barrett LF (editors), *Handbook of Emotions*. 3<sup>rd</sup> Ed. New York: Guilford., 2008, 497-512.
8. Engel B. *Honor Your Anger: How Transforming Your Anger Style Can Change Your Life*. John Wiley & Sons., 2004.
9. Kratz AL, Davis MC, Zautra AJ, Tennen H. Emotions: In Lopez SJ (editor), *The Encyclopedia of Positive Psychology*. Malden, MA: Blackwell Publishing, 2009, 315-320.
10. Spielberger CD. *Manual for the State-Trait Anger Expression Inventory*. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources, 1988.
11. DiGiuseppe R, Tafrate RC. *Understanding Anger Disorders*. New York, NY: Oxford, 2007.
12. Bhavé SY, Saini S. *Anger Management*. SAGE Publications India, 2009.
13. Power MJ, Dalgleish T. *Cognition and Emotion: From order to Disorder*. 2<sup>nd</sup> Ed. New York: Psychology Press, 2008.
14. Beck AT. Bilişsel Terapi ve Duygusal Bozukluklar. Öztürk V, Türkcan A. (Çeviri). 2. Baskı, İstanbul: Litera Yayıncılık, 2008.
15. Lazarus RS. *Emotion and Adaption*. New York: Oxford University Press, Inc., 1991.
16. Fehr B, Russell JA. The concept of love viewed from a prototype perspective. *J Pers Soc Psychol* 1991; 60:425-438. **[CrossRef]**
17. Lazarus RS, Lazarus BN. *Passions and Reason: Making Sense of Our Emotions*. New York & Oxford: Oxford University Press, 1994.
18. Taylor JL, Novaco RW. *Anger Treatment for People with Developmental Disabilities: A Theory, Evidence and Manual Based Approach*. John Wiley & Sons, 2005. **[CrossRef]**
19. Plummer D. *Anger Management Games for Children*. Jessica Kingsley Publishers, 2008.
20. Golden B. *Healthy Anger: How to Help Children and Teens Manage Their Anger*. Oxford: Oxford University Press, 2003.
21. Zhou T, Bishop GD. Culture moderates the cardiovascular consequences of anger regulation strategy. *Int J Psychophysiol* 2012; 86:291-298. **[CrossRef]**
22. Norwood SJ, Bowker A, Buchholz A, Henderson KA, Goldfield G, Flament MF. Self-silencing and anger regulation as predictors of disordered eating among adolescent females. *Eat Behav* 2011; 12:112-118. **[CrossRef]**
23. Besharat MA, Nia ME, Farahani H. Anger and major depressive disorder: the mediating role of emotion regulation and anger rumination. *Asian J Psychiatr* 2013; 6:35-41. **[CrossRef]**
24. Cheung RY, Park IJ. Anger suppression, interdependent self-construal, and depression among Asian American and European American college students. *Cultur Divers Ethnic Minor Psychol* 2010; 16:517-525. **[CrossRef]**
25. Kligyte V, Connelly S, Thiel C, Devenport L. The influence of anger, fear, and emotion regulation on ethical decision making. *Human Performance* 2013; 26:297-326. **[CrossRef]**
26. Park IJ, Kim PY. The role of self-construals in the link between anger regulation and externalizing problems in Korean American adolescents: testing a moderated mediation model. *J Clin Psychol* 2012; 68:1339-1359. **[CrossRef]**
27. Robertson T, Daffern M, Bucks RS. Beyond anger control: Difficulty attending to emotions also predicts aggression in offenders. *Psychol Violence* 2015; 5:74-83. **[CrossRef]**
28. Rivers SE, Brackett MA, Katulak NA, Salovey P. Regulating anger and sadness: an exploration of discrete emotions in emotion regulation. *J Happiness Stud* 2007; 8:393-427. **[CrossRef]**
29. Davis GL, Parra GR, Phipps S. Parental posttraumatic stress symptoms due to childhood cancer and child outcomes: investigation of the role of child anger regulation. *Child Health Care* 2010; 39:173-184. **[CrossRef]**
30. Park S, Lee JH. How cognitive reappraisal of anger influences risk-taking behavior. *Soc Behav Pers* 2011; 39:411-418. **[CrossRef]**
31. Phillips LH, Henry JD, Hosie JA, Milne AB. Age, anger regulation and well-being. *Aging Ment Health* 2006; 10:250-256. **[CrossRef]**
32. Kaynak O, Lepore SJ, Kliewer W, Jaggi L. Peer victimization and subsequent disruptive behavior in school: The protective functions of anger regulation coping. *Pers Individ Dif* 2015; 73:1-6. **[CrossRef]**
33. Özer AK. Sürekli öfke ve öfke ifade tarzı ölçekleri ön çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi* 1994; 9: 26-35.
34. Sütçü ST, Aydın A. İki farklı öfke ölçeğinin çocuk ve ergenler için psikometrik özelliklerinin incelenmesi. *Ege Eğitim Dergisi* 2008; 9:93-108.
35. Tabachnick BG, Fidell LS. *Using Multivariate Statistics*, 6<sup>th</sup> Edition. Boston: Allyn and Bacon, 2013.

36. Pallant J. Spss Survival Manual A Step by Step Guide to Data Analysis Using Spss, 4<sup>th</sup> Edition. Australia: Allen & Unwin, 2011.
37. Büyüköztürk Ő. Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı. 9. Baskı, Ankara: Pegem A Yayıncılık, 2008.
38. Brown TA. Confirmatory Factor Analysis for Applied Research. New York & London: The Guilford Press, 2006.
39. Hair JF Jr, Black WC, Babin BJ, Anderson RE. Multivariate Data Analysis. Seventh Edition. New Jersey: Pearson Prentice Hal, 2010.
40. Hu LT, Bentler PM. Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. Struct Equ Modeling: A Multidisciplinary Journal 1999; 6:1-55. **[CrossRef]**
41. Kline RB. Principles and Practice of Structural Equation Modeling. New York, NY: The Guilford Press., 2011.
42. Schumacker RE, Lomax RG. A Beginner's Guide to Structural Equation Modeling. Second ed., Mahwah, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers, 2004.
43. Őimsek OF. Introduction to Structural Equation Modelling: Basic Principals and LISREL Applications. First ed., Ankara: Ekinoks Yayınları, 2007.
44. Raykov T. Estimation of composite reliability for congeneric measures. Appl Psychol Meas 1997; 21:173-184. **[CrossRef]**
45. Raykov T, Marcoulides GA. A first course in structural equation modeling. Second ed. London: Lawrence Erlbaum Associates, Inc., 2006.
46. Fornell C, Larcker DF. Evaluating structural equation models with unobservable variables and measurement error. J Mark Res 1981; 18:39-50. **[CrossRef]**